Potage détox aux légumes

4 pers 20 mn

Les **ingrédients**

- 6 tomates
- 2 poireaux
- 2 courgettes
- 2 carottes
- 1 oignon
- 2 c. à S d'huile d'olive
- Sel, poivre

La **recette**

Etape 1

Peler l'ensemble des légumes et les couper finement. Pour la tomate, veiller à ôter les pépins.

Etape 2

Porter à feu vif l'huile dans une casserole.Faire revenir l'oignon et introduire les légumes.

Etape 3

Verser de l'eau à quantité souhaitée. Saler,poivrer et laisser mijoter une quinzaine de minutes.

Etape 4

Passer l'ensemble de la préparation au mixeur.